



## **Autour De Nous**

Association d'Intérêt Général

Association de randonnée et de marche nordique, de protection de la Nature,  
de l'Environnement et du Cadre de Vie

### **CERTIFICAT D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION (CACI) AUX ACTIVITÉS DE MARCHÉ ET DE RANDONNÉE**

**Chaque nouvel adhérent devra obligatoirement fournir un certificat médical  
de moins de 6 mois.**

Un certificat médical d'absence de contre-indication (CACI) pour la pratique des activités de marche et de randonnée et activités connexes, **datant de moins de six mois est obligatoire pour toute première prise de licence et à chaque reprise de licence après une interruption de deux saisons sportives ou plus.**

Je, soussigné(e),

Docteur .....

certifie avoir examiné ce jour

Madame ☐ Monsieur ☐ NOM : .....Prénom :  
.....

Agé (e) de ..... ans date de naissance : .....

et atteste n'avoir pas constaté, à ce jour, de signes cliniques apparents ni d'antécédent personnel contre-indiquant la pratique des activités de marche et de randonnée.

#### **Précisions utiles à destination des encadrants (le cas échéant) :**

Altitude à ne pas dépasser : .....mètres

Fréquence cardiaque à ne pas dépasser : .....BPM

Dénivelé horaire à ne pas dépasser (mètres/heure) : .....mètres/heure

Abstention de la pratique lors des pics polliniques et/ou polluants : oui ☐ non ☐

Fait à ..... le .....

SIGNATURE ET CACHET DU MÉDECIN